

令和 2 年 7 月 7 日現在

機関番号：32651

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2016～2019

課題番号：16K09147

研究課題名（和文）自殺予防の援助要請促進に関するヘルスコミュニケーションプログラムの実証的研究

研究課題名（英文）Development effective communication strategies to promote help-seeking for mental health problems

研究代表者

須賀 万智（Suka, Machi）

東京慈恵会医科大学・医学部・教授

研究者番号：30339858

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,600,000円

研究成果の概要（和文）：自殺予防を目的とした精神的不調時の援助要請促進に関して、効果的なヘルスコミュニケーションのあり方を実践的に解明することを目的とした。具体的には、メッセージのユーザーテストとヘルスコミュニケーションのアウトカムアセスメントのための評価尺度を開発し、これら評価尺度を用いて、どのようなヘルスコミュニケーションが精神的不調時の援助要請促進に効果的であるかを検討した。さらに、援助要請促進のヘルスコミュニケーションを実社会で適用し、その効果を評価した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は精神的不調時の援助要請促進を目指してヘルスコミュニケーションの開発に取組んだものであるが、ユーザーテストに基づきメッセージを作成し、ヘルスコミュニケーションを実行したのち、メッセージ効果を評価し、改善策を講じるという本研究の一連のなごりはあらゆる健康課題に対応するものである。ヘルスコミュニケーションをどのように進めるべきかを表わしたモデル事例として、今後、ヘルスコミュニケーションを行う際に参考になると考えられる。

研究成果の概要（英文）：The overall study objective is to develop effective communication strategies to promote help seeking for mental health problems. We developed methods and tools for assessing health communication messages. We created persuasive messages encouraging professional help seeking for depression and assessed their effectiveness on the website and in the real world.

研究分野：疫学、公衆衛生学、予防医学

キーワード：ヘルスコミュニケーション 自殺予防 精神的不調 援助要請

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19、CK - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

自殺死者は毎年80万人を超え、自殺予防は世界的に重要な公衆衛生課題である。自殺既遂者のほとんどが死亡直前に精神的不調を経験しており、精神的不調を適時適切に相談していれば自殺行為を回避できたと考えられる。すなわち、自殺予防には、精神的不調を自覚したときの援助要請を促進する取り組みが必要である。

ヘルスコミュニケーションは個人・集団に健康情報(メッセージ)を伝え、問題解決行動を促す活動である。公衆衛生施策に不可欠な要素であり、精神的不調時の援助要請促進にも有効である可能性がある。しかし、日本で効果的なヘルスコミュニケーションのあり方を検討した学術研究は極めて乏しく、ヘルスコミュニケーションの実践的方法論が確立されていない。

### 2. 研究の目的

自殺予防を目的とした精神的不調時の援助要請促進に関して、効果的なヘルスコミュニケーションのあり方を実践的に解明することを目的とした。具体的には、メッセージのユーザーテストとヘルスコミュニケーションのアウトカムアセスメントのための評価尺度を開発し、これら評価尺度を用いて、どのようなヘルスコミュニケーションが精神的不調時の援助要請促進に効果的であるかを検討した。さらに、援助要請促進のヘルスコミュニケーションを実社会で適用し、その効果を評価した。

### 3. 研究の方法

#### (1) 評価尺度の開発

ヘルスコミュニケーションに係る先進諸国のガイドラインを調べ、ユーザーテストとアウトカムアセスメントに関する文献レビューを行い、それぞれの評価項目を設定した。各評価尺度の実行性・妥当性を検証するため、全国35～45歳男女1000名にインターネット上でアンケート調査を行い、内閣府の睡眠キャンペーンの主要メッセージを例として評価した。

#### (2) 援助要請促進のヘルスコミュニケーションの開発

一般によく見られるうつ病に焦点を当て、早期受診を促すメッセージを作成することにした。メッセージのフレームとフォーマットの影響を検討するため、メッセージを6種類(フレーム3種類×フォーマット2種類)作成した(図1)。フレームは、先行研究から明らかになった受診しない理由に対応するよう、うつ病は1)治療を要する(loss-framed)、2)早期治療で良くなる(gain-framed)、3)誰でも罹りうる(neutral)ことを伝えて早期受診を促すもの3種類とした。フォーマットは1)モノクロで文章のみ示したもの(plain)と2)カラーでイラストを加えた(visual)もの2種類とした。全国35～45歳男女2000名にインターネット上でアンケート調査を行い、開発した評価尺度を用いてそれぞれのメッセージを評価した。主要アウトカム(メッセージ効果)はうつ病ビネットに対する受診意図とした。

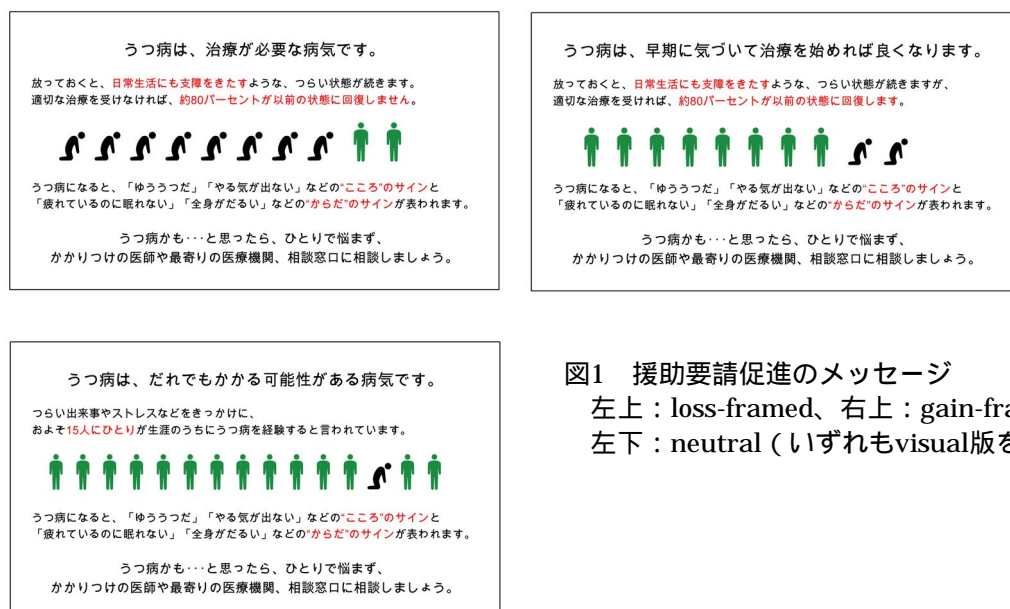


図1 援助要請促進のメッセージ  
左上: loss-framed、右上: gain-framed  
左下: neutral (いずれもvisual版を示した)

上記調査結果を踏まえ、さらにメッセージ効果を向上させるため、メッセージの反復配信と視覚的デザインの効果を検討した。異なるメッセージをシリーズで配信した場合、同じメッセージを繰り返し配信した場合、メッセージを視覚的にデザインした場合、それぞれについて、同様にインターネット上でアンケート調査を行い、メッセージ効果を比較した。



図2 視覚的にデザイン化したメッセージ

### (3) 援助要請促進のヘルスコミュニケーションの適用

実社会への適用を評価するため、事業所2ヶ所において、loss-framed × visual版のメッセージ(図1)を掲示板に掲示し、1ヶ月後にメッセージ効果を評価した。

## 4. 研究成果

### (1) 評価尺度の開発

ユーザーテストのためのツールとして、難易度(5項目)、利用可能性(3項目)、説得力(7項目)を評価する尺度を開発した。いずれも評価点が主要アウトカム(うつ病ビネットに対する受診意図)と有意に関係し、評価尺度の妥当性が確認された。(Suka et.al. Environ Health Prev Med 2017)

### (2) 援助要請促進のヘルスコミュニケーションの開発

メッセージ6種類を比較した結果から、フレームによって感情的反応が異なること、フォーマットによって感情的反応が強まり、メッセージの使用意思が高まることが示された。多重ロジスティック回帰分析を行い、主要アウトカム(うつ病ビネットに対する受診意図)との関係をメッセージ間で比較すると、neutral × plain版に対し、loss-framed × visual版で有意に高いオッズ比を認めた。(Suka et.al. BMJ Open 2018, Suka et.al. Environ Health Prev Med 2019)

異なるメッセージをシリーズで配信した場合、同じメッセージを繰り返し配信した場合、いずれもメッセージ効果はメッセージを1回だけ配信した場合より増加した。構造化方程式モデルによるパス解析から、反復配信によって、メッセージが記憶に残り、メッセージ効果が高まること示された。(Suka et.al. Patient Educ Couns 2019)

メッセージを視覚的にデザインした場合、デザインによって感情的反応が異なること、メッセージの使用意思が高まること示された。(Suka et.al. Stud Health Technol Inform 2019)

### (3) 援助要請促進のヘルスコミュニケーションの適用

1つの事業所はイントラネット内の掲示板(電子)に、もう1つの事業所は玄関前の掲示板(紙)に、それぞれメッセージを掲示した。いずれも掲示板を見る者が少なく、職員全体の援助要請意図はメッセージ掲示前後で有意な変化を認めなかった。

## まとめ

本研究は精神的不調時の援助要請促進を目指してヘルスコミュニケーションの開発に取り組んだものであるが、ユーザーテストに基づきメッセージを作成し、ヘルスコミュニケーションを実行したのち、メッセージ効果を評価し、改善策を講じるという本研究の一連のながれはあらゆる健康課題に対応するものである。ヘルスコミュニケーションをどのように進めるべきかを表わしたモデル事例として、今後、ヘルスコミュニケーションを行う際に参考になると考えられる。

## 5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計5件（うち査読付論文 5件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 5件）

|   |                       |
|---|-----------------------|
| 1. 著者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H  | 4. 巻<br>103           |
| 2. 論文標題<br>Persuasive messages can be more effective when repeated: A comparative survey assessing a message to seek help for depression among Japanese adults                                      | 5. 発行年<br>2020年       |
| 3. 雑誌名<br>Patient Educ Couns  | 6. 最初と最後の頁<br>811-8   |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.1016/j.pec.2019.11.008  | 査読の有無<br>有            |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている（また、その予定である）   | 国際共著<br>-             |
| 1. 著者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H  | 4. 巻<br>264           |
| 2. 論文標題<br>Effectiveness of visual messages to promote help-seeking for depression  | 5. 発行年<br>2019年       |
| 3. 雑誌名<br>Stud Health Technol Inform  | 6. 最初と最後の頁<br>1986-7  |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.3233/SHTI190747   | 査読の有無<br>有            |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている（また、その予定である）   | 国際共著<br>-             |
| 1. 著者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H  | 4. 巻<br>24            |
| 2. 論文標題<br>Responses to persuasive messages encouraging professional help seeking for depression: comparison between individuals with and without psychological distress                            | 5. 発行年<br>2019年       |
| 3. 雑誌名<br>Environ Health Prev Med   | 6. 最初と最後の頁<br>29      |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.1186/s12199-019-0786-8  | 査読の有無<br>有            |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている（また、その予定である）   | 国際共著<br>-             |
| 1. 著者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H  | 4. 巻<br>8             |
| 2. 論文標題<br>Comparing responses to differently framed and formatted persuasive messages to encourage help-seeking for depression in Japanese adults: a cross-sectional study with 2-month follow-up. | 5. 発行年<br>2018年       |
| 3. 雑誌名<br>BMJ Open  | 6. 最初と最後の頁<br>e020823 |
| 掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子）<br>10.1136/bmjopen-2017-020823  | 査読の有無<br>有            |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている（また、その予定である）   | 国際共著<br>-             |

|  |                  |
|--|------------------|
| 1. 著者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H   | 4. 巻<br>22       |
| 2. 論文標題<br>Perceived effectiveness rating scales applied to insomnia help-seeking messages for middle-aged Japanese people: a validity and reliability study | 5. 発行年<br>2017年  |
| 3. 雑誌名<br>Environ Health Prev Med  | 6. 最初と最後の頁<br>69 |
| 掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子)<br>10.1186/s12199-017-0676-x  | 査読の有無<br>有       |
| オープンアクセス<br>オープンアクセスとしている(また、その予定である)  | 国際共著<br>-        |

[学会発表] 計13件(うち招待講演 0件/うち国際学会 3件)

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之            |
| 2. 発表標題<br>うつ病発症者の受診促進をめざしたメッセージの開発と評価 |
| 3. 学会等名<br>第17回日本ヘルスコミュニケーション学会        |
| 4. 発表年<br>2019年                        |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                        |
| 2. 発表標題<br>うつ病発症者の受診促進をめざしたメッセージの開発と評価: 繰り返し発信の有効性 |
| 3. 学会等名<br>第78回日本公衆衛生学会                            |
| 4. 発表年<br>2019年                                    |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>Suka M, Yamauchi T, Yanagisawa H  |
| 2. 発表標題<br>Effectiveness of visual messages to promote help-seeking for depression |
| 3. 学会等名<br>MEDINFO (国際学会)  |
| 4. 発表年<br>2019年  |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                    |
| 2. 発表標題<br>うつ病の早期受診を促すメッセージの比較評価: イラストの効果に注目して |
| 3. 学会等名<br>第28回日本疫学会                           |
| 4. 発表年<br>2018年                                |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                        |
| 2. 発表標題<br>うつ病の早期受診を促すメッセージの比較評価: 受け手のうつ状態の影響に注目して |
| 3. 学会等名<br>第88回日本衛生学会                              |
| 4. 発表年<br>2018年                                    |

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                       |
| 2. 発表標題<br>うつ病発症者の受診促進をめざしたメッセージの開発と評価: シリーズ配信の効果 |
| 3. 学会等名<br>第77回日本公衆衛生学会                           |
| 4. 発表年<br>2018年                                   |

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                 |
| 2. 発表標題<br>職場の掲示板を介したうつ病の早期受診のメッセージの発信とその効果 |
| 3. 学会等名<br>第29回日本疫学会                        |
| 4. 発表年<br>2019年                             |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>Suka M, Yamauchi T, Sugimori H, Yanagisawa H  |
| 2. 発表標題<br>Comparison of help-seeking intentions for physical and psychological symptoms among Japanese adults |
| 3. 学会等名<br>World Congress of Epidemiology (2017年8月19~22日、Sonic City, Saitama) (国際学会)                           |
| 4. 発表年<br>2017年  |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智                                      |
| 2. 発表標題<br>一般向け健康情報の評価ツールの開発: 効果的なメッセージを発信するために      |
| 3. 学会等名<br>第55回日本医療・病院管理学会 (2017年9月17~18日, 昭和大学, 東京) |
| 4. 発表年<br>2017年                                      |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 杉森裕樹, 柳澤裕之                              |
| 2. 発表標題<br>うつ病発症者の受診促進をめざしたメッセージの開発と評価                         |
| 3. 学会等名<br>第76回日本公衆衛生学会 (2017年10月31日~11月2日, かがしま県民交流センター, 鹿児島) |
| 4. 発表年<br>2017年  |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                      |
| 2. 発表標題<br>うつ病の早期受診を促すメッセージの比較評価: イラストの効果に注目して   |
| 3. 学会等名<br>第28回日本疫学会 (2018年2月1~3日, コラッセふくしま, 福島) |
| 4. 発表年<br>2018年                                  |

|   |
|---|
| 1. 発表者名<br>須賀万智, 山内貴史, 柳澤裕之                         |
| 2. 発表標題<br>うつ病の早期受診を促すメッセージの比較評価: 受け手のうつ状態の影響に注目して  |
| 3. 学会等名<br>第88回日本衛生学会 (2018年3月22 ~ 24日, 東京工科大学, 東京) |
| 4. 発表年<br>2018年                                     |

|  |
|--|
| 1. 発表者名<br>Suka M, Yamauchi T, Sugimori H, Yanagisawa H  |
| 2. 発表標題<br>Comparison of help-seeking intentions for physical and psychological symptoms among Japanese adults |
| 3. 学会等名<br>World Congress of Epidemiology (国際学会)   |
| 4. 発表年<br>2017年  |

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

|       | 氏名<br>(ローマ字氏名)<br>(研究者番号)                         | 所属研究機関・部局・職<br>(機関番号)                  | 備考 |
|-------|---|--|----|
| 連携研究者 | 山内 貴史<br><br>(Yamauchi Takashi)<br><br>(10598808) | 東京慈恵会医科大学・医学部・講師<br><br><br>(32651)    |    |
| 連携研究者 | 杉森 裕樹<br><br>(Sugimori Hiroki)<br><br>(20276554)  | 大東文化大学・スポーツ健康科学部・教授<br><br><br>(32636) |    |